

Согласовано

МОУ Улейминская сош им. Героя Советского Союза Дерюгина А.В.  
 директор  
 Казанская А.Е./

# МЕНЮ

22 декабря 2023 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	184	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7,2	11,7	26,7	242
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,8	21,9	122
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	15	60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	7,5	16,8	19,7	261
<b>Итого</b>				<b>17,1</b>	<b>31,4</b>	<b>83,3</b>	<b>685</b>
<b>Обед</b>							
2011	82	БОРЩ ИЗ СВ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ	250	8,5	12,1	12,9	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	6,5	24,4	169
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	11,7	31,6	3,3	345
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	70	0,4		1,1	6
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	9,9	46
<b>Итого</b>				<b>25,6</b>	<b>50,4</b>	<b>71</b>	<b>839</b>
<b>Всего</b>				<b>42,7</b>	<b>81,8</b>	<b>154,3</b>	<b>1524</b>